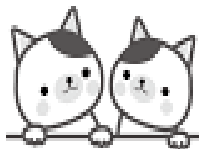


ほけんだより



# すくすく

東和中学校

R8.4.13

## 入学・進級おめでとうございます!

いよいよ新年度が始まりました。登校してくるときの笑顔が、頑張ろうという気持ちで輝いて見えます。でも1年は長いです。はりきりすぎて、スタートダッシュで息切れしないよう、きちんとペース配分をしましょう。

「ちょっと、疲れたなあ」と思ったら、早めに休養するのがポイントです。自分のペースを少しずつ、つかんでいきましょう。



## みんなの保健室 ルールやマナーを守って利用しましょう

<p>ケガの応急手当や具合が悪い時の一時休養に</p>	<p>体や心の健康について知りたい時・調べたい時</p>	<p>悩みを抱えている時</p>
<p>できるかぎり先生に断ってから利用します</p> <p>おねがいね</p>	<p>他の人の迷惑にならないように 静かに入ります</p> <p>そ〜</p>	<p>保健室にあるものは一声かけてから使います</p> <p>はか〜 ま〜す</p>

保健担当(保健室)の青木正美です。



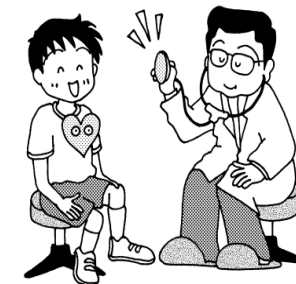
入学式が終わり、ピカピカの制服の1年生が、まぶしいです(^)/そして、何より2年生、3年生がとても大人に見えるのが、ちょっと不思議。中学の3年間はあっという間ですが、この間の成長は人生の中で唯一無二、激動の3年間になるのかと思います。そんな変身を、近くで見届けられるのは嬉しい限り、伸びようと頑張る皆さんがかわいくて仕方のない青木です。今年も一年、どうぞ、よろしくお祈りします!

今月の保健目標

## 自分の健康状態を知ろう

### 健康診断が始まります!

みなさんの健康状態を知るために必要な検査・検診です。この機会に、自分の体のことをきちんと理解し、日々、健康な生活を送れるように心がけましょう。



### 健康診断の日程

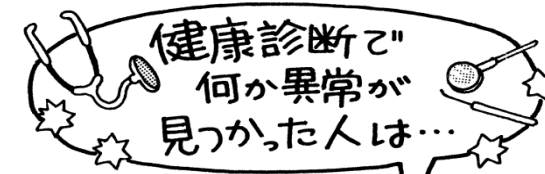
(詳しくは、その都度配布するプリントを見てください。)

- 4月14日(火) 身体測定・視力検査(全学年) 聴力検査(1・3年) 心臓検診(1年・継続観察者)
- 15日(水) 内科検診・結核健診・修学旅行事前診断(3年)
- 17日(金) 眼科検診(1年)
- 20日(月) 歯科検診(1年・2の1)
- 21日(火) 歯科検診(2の2・2の3・3年)
- 5月13日(水) 内科検診・結核健診(1年)
- 26日(火) 尿検査(全学年) 耳鼻科検診(1年)
- 27日(水) 内科検診・結核健診(2年)
- 6月12, 30日 尿検査(二次)

お世話になる学校医の先生方は・・・

- 内科 山下先生(山下医院)
- 歯科 村田先生(村田歯科医院)
- 耳鼻咽喉科 永田先生(ながたクリニック)
- 眼科 森先生(もり眼科クリニック)
- 薬剤師 北出先生(北出薬局)

よろしくおねがいします。



家の人にきちんと報告しましょう。(結果のお知らせをプリントにしてお届けしますので、必ず見せるようにしましょう。)



早めに病院へ行って、検査・治療を受けましょう。

